

**TINGKAT KEMAMPUAN *PASSING* BAWAH PESERTA
EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI
DI SMP NEGERI 4 GOMBONG**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:
Purbo Widiyantoro
11601241049

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2015**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “**Tingkat Kemampuan *Passing* Bawah Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Di SMP Negeri 4 Gombang.**” yang disusun oleh Purbo Widiyantoro, NIM 11601241049 ini telah diperiksa dan disetujui oleh dosen pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 28 April 2015

Pembimbing,



Dra. Sri Mawarti, M.Pd.

NIP 19590607 198703 2 001

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “**Tingkat Kemampuan Passing Bawah Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Di SMP Negeri 4 Gombong**” ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 28 April 2015

Yang menyatakan,







Purbo Widiyantoro

NIM. 11601241049

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Tingkat Kemampuan *Passing* Bawah Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Di SMP Negeri 4 Gombong” yang disusun oleh Purbo Widiyantoro, NIM 11601241049 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 29 Juni 2015 dan dinyatakan lulus.

DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Sri Mawarti, M.Pd	Ketua Penguji		28/6 2015
AM. Bandi Utama, M.Pd	Sekretaris Penguji		27/7 2015
Jaka Sunardi, M.Kes	Penguji I (Utama)		19/7 '15
R. Sunardianta, M.Kes	Penguji II (Pendamping)		22/7 2015

Yogyakarta, Juli 2015

Fakultas Ilmu Keolahragaan

Dekan,



Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.

NIP. 19600824 198601 1 001

MOTTO

“Barang siapa keluar mencari ilmu maka dia berada di jalan Allah”

(HR. Turmudzi)

Man Jadda Wajada

“Barang siapa bersungguh-sungguh pasti berhasil”

“Barangsiapa yang memberikan kemudahan (membantu) kepada orang yang kesusahan, niscaya Allah akan membantu memudahkan urusannya”
di dunia dan di akhirat.

(Abu Hurairah)

“Tinemuning ilmu ana ing laku”

(Purbo Widiyantoro)

PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Dengan mengucapkan syukur alhamdulillah kehadiran Allah SWT, kupersembahkan sebuah karya kecil nan sederhana ini kepada orang-orang yang kusayangi dan banyak memberikan ku semangat sampai hari ini dalam penyelesaian karya kecilku ini :

- ❖ Kedua orang tuaku yang tercinta Ibu Rodiyah dan Bapak Sumba Sarwoko, akhirnya cita-citamu sudah tercapai bisa menyekolahkan anakmu ini sampai perguruan tinggi dan sudah hampir selesai, terima kasih atas dukungan entah itu dalam bentuk apapun seperti doa, materi, dan lain lainnya selama ini.
- ❖ Adikku Dwi Aditya Nugroho tercinta yang banyak memberiku semangat serta dukungan selama proses perkuliahan.

**TINGKAT KEMAMPUAN *PASSING* BAWAH PESERTA
EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI
DI SMP NEGERI 4 GOMBONG**

Oleh:

Purbo Widiyantoro
NIM. 11601241049

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh masih banyaknya peserta ekstrakurikuler yang masih belum bisa melakukan *passing* bawah dengan baik dan belum adanya data yang menunjukkan tingkat kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler bawah peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombong. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombong.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah tes dan pengukuran. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombong dengan jumlah 30 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombong dengan jumlah 30 orang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan cara tes yaitu tes *passing* bawah menurut DEPDIKNAS dengan validitas tes 0,733 dan realibilitas tes sebesar 0,758 Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif persentase.

Penelitian menunjukkan tingkat kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombong dalam klasifikasi kurang sekali sebesar 23,3%, kurang 43,4%, sedang 23,3% , klasifikasi baik 0% , baik sekali 10%

Kata kunci: *Kemampuan Passing Bawah, Ekstrakurikuler Bola Voli*

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur kita panjatkan atas kehadiran ALLAH SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahnya. Atas ijin dan terselesainya skripsi penulis yang berjudul **“Tingkat Kemampuan *Passing* Bawah Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Di SMP Negeri 4 Gombong”**.

Penulis menyadari dengan sepenuh hati bahwa keberhasilan penyusunan skripsi ini tidak lepas dari adanya kerjasama dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu bersamaan dengan penyelesaian skripsi ini, penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd., MA. selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Drs. Rumpis Agus Sudarko, MS. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberi izin penelitian.
3. Drs. Amat Komari, M.Si. selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Program Studi PJKR FIK UNY yang telah memberikan masukan-masukan dalam penelitian ini.
4. Drs. Jaka Sunardi, M.Kes selaku dosen penasehat akademik yang telah membimbing penulis selama mengikuti perkuliahan.
5. Dra. Sri Mawarti, M.Pd. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan kepada penulis selama menyusun skripsi ini hingga selesai.
6. Para dosen yang memberikan bekal ilmu selama penulis kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.

7. Para staf karyawan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan bantuan baik informasi maupun layanan yang dibutuhkan.
8. Diyun Arifin, S.Pd. selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 4 Gombong yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian di sekolah tersebut.
9. Suharta S.Pd dan Kasimin S.Pd.Jas. selaku guru pendidikan jasmani SMP Negeri 4 Gombong yang telah membantu saat pengambilan data.
10. Para peserta kegiatan ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 4 Gombong yang bersedia meluangkan waktu dan tenaga sehingga penelitian dapat terlaksana.
11. Teman- teman Program Studi PJKR angkatan 2011 atas kebersamaan selama di bangku kuliah.
12. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga segala bantuan yang telah diberikan kepada penulis menjadi amalan yang akan mendapatkan balasan dari Allah SWT. Di akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak. lanjut.

Yogyakarta, 28 April 2015

Penulis

DAFTAR ISI

	hal
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	4
D. Perumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	5
 BAB II KAJIAN TEORI	
A. Deskripsi Teori	
1. Hakikat Permainan Bola Voli	6
2. Teknik-teknik Dasar Dalam Permainan Bola Voli	8
3. Hakikat Kemampuan <i>Passing</i> Bawah.....	10
4. Hakikat Ekstrakurikuler Bola Voli	12
5. Kegiatan Ekstrakurikuler Bola Voli di SMP Negeri 4 Gombong	13
6. Karakteristik Siswa SMP.....	14
B. Penelitian yang Relevan	17
C. Kerangka Berpikir	17

BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian.....	19
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	19
C. Definisi Operasional Variabel.....	19
D. Populasi dan Sampel Penelitian	20
E. Instrumen Penelitian	21
F. Teknik Pengumpulan Data	22
G. Teknik Analisis Data	23

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	25
B. Pembahasan	30

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	32
B. Implikasi Hasil Penelitian	32
C. Keterbatasan Penelitian	33
D. Saran-Saran	33

DAFTAR PUSTAKA	35
----------------------	----

LAMPIRAN	37
----------------	----

DAFTAR TABEL

Tabel.1: Norma Pengklasifikasian Kemampuan <i>Passing</i> Bawah untuk Putra ...	23
Tabel.2: Norma Pengklasifikasian Kemampuan <i>Passing</i> Bawah untuk Putri ...	23
Tabel.3: Data Hasil Tes Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Peserta Ekstrakurikuler .	25
Tabel.4: Norma Klasifikasi Tingkat Kemampuan <i>Passing</i> Bawah	
Peserta Putra.....	26
Tabel. 5: Norma Klasifikasi Tingkat Kemampuan <i>Passing</i> Bawah	
Peserta Putri	28
Tabel 6: Norma Klasifikasi Tingkat Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Peserta	
Ekstrakurikuler.....	29

DAFTAR GAMBAR

Gambar.1: Rangkaian gerakan Passing Bawah.....	12
Gambar.2: Pelaksanaan tes <i>passing</i> bawah.....	22
Gambar.3: Diagram Batang Hasil Tes Kemampuan <i>Passing</i> Peserta Ekstrakurikuler	26
Gambar.4: Diagram Batang Klasifikasi Tingkat Kemampuan <i>Passing</i> Peserta Putra.....	27
Gambar.5: Diagram Batang Klasifikasi Tingkat Kemampuan <i>Passing</i> Peserta Putri.....	29
Gambar.5: Diagram Batang Klasifikasi Tingkat Kemampuan <i>Passing</i> Peserta Ekstrakurikuler	30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Instrumen Penelitian.....	38
Lampiran 2: Data Hasil Tes Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Peserta Ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombong	41
Lampiran 3: Deskripsi Hasil Tes Kemampuan <i>Passing</i> Bawah Peserta Ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombong	43
Lampiran 4: Sertifikat Kalibrasi Alat.....	45
Lampiran 5: Dokumentasi Foto Penelitian	48

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan jasmani merupakan bagian mata pelajaran yang diajarkan dalam pendidikan di sekolah. Pendidikan jasmani adalah mata pelajaran yang diajarkan dari Sekolah Dasar sampai Sekolah Menengah Umum. Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari pendidikan pada umumnya yang mempengaruhi potensi peserta didik dalam hal kognitif, afektif, dan psikomotor melalui aktivitas jasmani (A.M. Bandi Utama, 2011:2)

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki harapan atau tujuan agar peserta didik memiliki kemampuan untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar, pertumbuhan fisik dan psikis yang lebih baik, memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga, mengembangkan keterampilan sosial, sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggungjawab, kerjasama dan percaya diri, serta mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di dalamnya terdapat beberapa aspek ruang lingkup yang diantaranya yaitu permainan dan olahraga yang meliputi olahraga tradisional dan permainan, aktivitas senam, aktivitas

ritmik, aktivitas air, pendidikan luar sekolah, kemudian kesehatan yang meliputi pengembangan budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari dan sebagainya, serta aktivitas pengembangan yang meliputi mekanika sikap tubuh, bentuk postur tubuh, komponen kebugaran jasmani dan aktivitas lainnya..

Pendidikan di Indonesia saat ini terutama di SMP, perkembangan kurikulum yang digunakan adalah menggunakan kurikulum 2006 dan 2013. Di dalam kedua kurikulum ini, olahraga bola voli masuk sebagai salah satu Kompetensi Dasar yang harus diajarkan pada proses pembelajaran begitu juga di SMP Negeri 4 Gombong. Olahraga bola voli termasuk juga kedalam olahraga permainan yang memiliki sifat menyenangkan seperti bola basket, sepak bola ataupun olahraga permainan lainnya. Sehingga, olahraga bola voli ini termasuk kedalam olahraga yang banyak diminati oleh siswa.

Permainan bola voli merupakan suatu permainan yang kompleks dan tidak mudah dilakukan oleh setiap orang. Sebab, di dalam permainan bola voli dibutuhkan koordinasi gerak yang benar-benar bisa diandalkan untuk melakukan semua gerakan teknik dasar yang ada. Maka dari itu siswa dituntut harus bisa melakukan gerakan teknik dasar pada permainan bola voli agar dapat memainkan permainan bola voli dengan baik. Teknik dasar yang harus dikuasai siswa adalah *service, passing, smash, dan block*.

Passing merupakan salah satu teknik dasar permainan bola voli yang penting untuk dikuasai oleh seorang pemain. *Passing* yang paling sering

digunakan untuk menerima *servis* atau *recieve* adalah *passing* bawah. *Passing* yang baik merupakan langkah awal untuk menyusun serangan, sebab tanpa menerima bola *servis* dan mengarahkan bola ke arah pengumpan dengan baik, kemungkinan untuk mendapatkan poin sangat kecil.

Apabila dalam melakukan *passing* kurang akurat maka hasil pukulannya tidak bisa mematikan lawan sehingga kesempatan memperoleh poin lebih kecil. Untuk bertahan atau *defend* serta membangun serangan yang mantap dan kokoh yaitu menggunakan *passing*, karena teknik *passing* paling tepat untuk menerima dan mengumpan bola ke *toser* yaitu posisi tangan yang kuat, rapat dan harus selalu di bawah bola dalam menerima serangan dari lawan akan berhasil, sehingga terjadi permainan bola yang baik dan kesempatan melakukan *spike* untuk mendapatkan poin akan terjadi.

SMP Negeri 4 Gombong adalah salah satu sekolah yang memiliki ekstrakurikuler bola voli. Ekstrakurikuler bola voli ini adalah sebagai sarana siswa untuk menambah kemampuan siswa di bidang bola voli. Jumlah siswa yang mengikuti kegiatan ini juga lebih banyak dibandingkan dengan ekstrakurikuer lainnya.

Bertolak dari penjelasan dan uraian yang ada dalam latar belakang masalah, mengingat pentingnya kemampuan *passing* bawah dalam permainan bola voli maka peneliti merasa tertarik untuk mengetahui lebih lanjut tentang tingkat kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombong.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan Latar belakang permasalahan, dapat diidentifikasi terkait dengan aktivitas pembelajaran permainan bola voli di SMP N 4 Gombang adalah sebagai berikut:

1. Masih banyak peserta ekstrakurikuler yang belum bisa melakukan *passing* bawah dengan baik.
2. Belum diketahui tingkat kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler.
3. Pembimbing ekstrakurikuler belum pernah melakukan pengukuran kemampuan *passing* bawah peserta.

C. Pembatasan Masalah

Agar permasalahan tidak meluas dalam penelitian, perlu adanya batasan-batasan sehingga ruang lingkup penelitian menjadi jelas. Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka peneliti membatasi masalah mengenai: tingkat kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombang

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan batasan masalah di atas, maka penulis merumuskan masalah penelitian sebagai berikut:

“Berapa tingkat kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombang?”

E. Tujuan Penelitian

Adapun yang dijadikan tujuan penelitian oleh penulis adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombong.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk:

1. Secara Teoritis

Penelitian ini dapat digunakan untuk mengetahui tingkat kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombong.

2. Secara Praktis

- a. Bagi siswa, penelitian ini diharapkan dapat menambah motivasi untuk belajar mengenai pengetahuan dan pemahaman siswa dalam melakukan teknik dasar *passing* bawah dengan baik.
- b. Bagi guru pembimbing ekstrakurikuler, penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi pembimbing dalam membimbing kegiatan ekstrakurikuler bola voli di sekolah.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Permainan Bola Voli

Permainan bola voli merupakan permainan yang kompleks dan tidak mudah untuk dilakukan oleh setiap orang. Diperlukan pengetahuan tentang teknik-teknik dasar dan teknik-teknik lanjutan untuk dapat bermain bola voli secara efektif.

Menurut Imam Soejadi (1979 : 17) permainan bola voli adalah suatu cabang berbentuk mem-volley bola di udara hilir mudik di atas jaring /net, dengan maksud dapat menjatuhkan bola di dalam petak lapangan lawan untuk mencari kemenangan dalam bermain.

Dalam permainannya boleh menggunakan seluruh anggota tubuh, baik tangan, kaki, kepala, dan anggota tubuh lainnya. Sedangkan Menurut Boni Robinson (1997:12) bola voli adalah permainan di atas lapangan persegi empat yang lebarnya 900 cm dan panjangnya 1800 cm, dibatasi oleh garis selebar 5 cm, di tengah-tengahnya dipasang jaringatau jala yang lebarnya 90 cm terbentang dan mendaki sampai pada ketinggian 243 cm dari bawah (untuk anak laki-laki) dan untuk anak perempuan 224 cm. Tujuan permainan ini adalah melewatkan bola diatas net agar dapat jatuh menyentuh daerah lawan.

Menurut Barbara L. Viera (2000:2) bola voli di mainkan oleh dua tim beranggotakan dua sampai enam orang dalam satu lapangan berukuran 30 kaki (9 meter persegi) bagi setiap tim, dan setiap tim dipisahkan oleh sebuah net. Tujuan utama dari setiap tim adalah memukul bola kearah bidang lapangan musuh sedemikian rupa agar lawan tidak bisa mengembalikan bola.

Jadi dapat disimpulkan bahwa permainan bola voli adalah permainan bola besar yang dimainkan oleh dua regu, tiap regu terdiri dari enam orang dimainkan diatas lapangan berukuran 18 X 9 meter dan dipisahkan oleh sebuah jaring, dalam permainannya boleh menggunakan seluruh anggota badan. Taip regu hanya boleh memvoli bola sebanyak tiga kali dan setiap pemain tidak boleh melakukan sentuhan sebanyak dua kali berturut-turut, kecuali ketika melakukan *blocking*.

Permainan yang baik adalah permainan yang indah dan bervariasi memperagakan teknik-teknik yang benar, bagus dan menarik. Dengan teknik yang benar maka permainan akan menjadi lebih hidup dan mampu menyuguhkan permainan yang menarik. Menurut Muhajir (2004: 34) tujuan permainan bola voli adalah memperagakan teknik dan taktik memainkan bola dilapangan untuk meraih kemenangan dalam setiap pertandingan.

Dari perkembangannya permainan bola voli sangat baik dari teknik, taktik maupun peraturannya. Salah satunya dari nilai dalam satu set, untuk peraturan yang baru , adalah dengan menggunakan sistem *rally point*, sehingga setiap pindah bola juga terjadi penambahan nilai. *Game*

terjadi apabila salah satu tim sudah meraih point duapuluh lima (25) apabila terjadi *deuce* maka nilai harus dicari sampai nilai selisih dua point, setelah selisih dua point maka permainan bisa dinyatakan berakhir atau game.

2. Teknik-teknik Dasar dalam Permainan Bola Voli

Menurut Nuril Ahmadi dalam bukunya (2007:20) dalam permainan bola voli ada beberapa bentuk teknik dasar yang harus dikuasi. Teknik-teknik dalam permainan bola voli terdiri atas *service*, *passing*, *block*, dan *smash*.

a. Servis

Servis merupakan pukulan permulaan yang dilakukan oleh pihak-pihak yang berhak melakukan servis untuk memulai menghidupkan bola kedalam permainan. Nuril Ahmadi (2007: 20) mengemukakan servis adalah pukulan bola yang dilakukan dari belakang garis akhir lapangan permainan melampaui net ke daerah lawan. Pukulan servis dilakukan pada permulaan dan setelah mendapat poin dalam permainan. Ada beberapa jenis servis dalam permainan bola voli, diantaranya servis tangan bawah (*underhand service*), servis tangan samping (*sidehand service*), servis atas kepala (*overhead service*), servis mengambang (*floating service*), *top spin service*, dan *jump service*.

b. *Passing*

Passing adalah upaya seorang pemain dengan menggunakan suatu teknik tertentu untuk mengoperkan bola yang dimainkannya kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri (Nuril Ahmadi 2007:22) Teknik dasar yang paling utama dalam permainan bola voli adalah teknik *passing*. *Passing* dapat diartikan mengumpan atau mengoper.

Menurut Muhajir (2006 : 10) *passing* adalah usaha atau upaya seorang pemain bola voli dengan cara menggunakan teknik tertentu yang tujuannya adalah untuk mengoperkan bola yang dimainkannya itu kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri.

Menurut H. Nazar dalam bukunya (1984:15) *passing* dikategorikan menjadi dua yaitu operan atas (*overhand pass*) dan operan bawah (*underhand pass*).

c. *Blocking*

Blocking menurut Nuril Ahmadi (2007:30) merupakan pertahanan utama untuk menangkis serangan lawan. Jika ditinjau dari teknik gerakan, *block* bukanlah merupakan teknik yang sulit. Namun presentasi keberhasilan suatu *block* relatif kecil karena bola arah *smash* yang akan diblok, dikendalikan oleh lawan.

Menurut H. Nazar dalam bukunya (1984:27) *blocking* ada beberapa macam, yaitu memblokir sambil menyerang (*attack blocking*) memblokir sambil menahan (*soft blocking*), dan memblokir berganda.

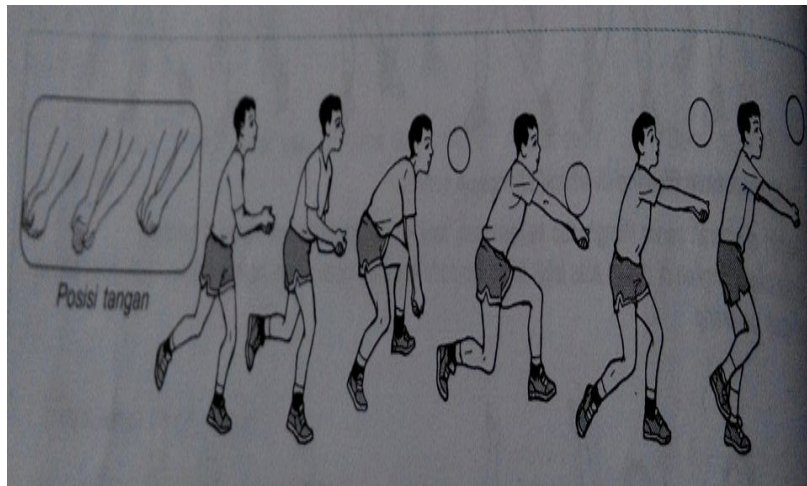
d. Smash

Smash menurut Nuril Ahmadi (2007:31) merupakan pukulan bola yang keras dari atas ke bawah, dan jalan bolanya menukik. *Smash* bentuk serangan yang paling banyak dipergunakan dalam upaya memperoleh nilai suatu tim. pukulan *smash* banyak macamnya dan variasinya. Macam-macam bentuk *smash* yaitu: pukulan serangan frontal, pukulan berputar, pukulan serangan melalui sisi badan, dan pukulan dengan gerakan sendi pergelangan tangan yang dapat diarahkan ke segala arah (Nuril Ahmadi 2007:31).

3. Hakikat Kemampuan *Passing* Bawah

Passing bawah merupakan gerakan pengambilan bola dimana biasanya posisi bola berada dibawah badan yang biasanya dilakukan dengan kedua tangan bagian bawah juga, dari siku dan pergelangan tangan yang dirapatkan baik untuk dioperkan kepada teman maupun langsung kepada lawan (Aip Syarifudin dan Muhadi, 1993: 198).

Passing bawah merupakan modal awal suatu tim melakukan serangan setelah menerima servis atau serangan dari lawan, jika kemampuan *passing* bawah suatu tim buruk, maka kemungkinan besar tim tersebut akan tidak bisa melakukan serangan. Keterangan seperti tersebut bukanlah tidak ada alasannya, alasan yang mendasari atas keterangan tersebut adalah jika dilihat dari manfaat atau kegunaan *passing* bawah itu sendiri.



Gambar 1. Rangkaian gerakan Passing Bawah

(Sumber : Muhajir , 2006: 10)

Menurut Nuril Ahmadi (2007: 23) ada beberapa tahapan untuk melakukan gerakan *passing* bawah yaitu:

- a. Persiapan
 - 1) Kaki dalam posisi meregang dengan santai, bahu terbuka lebar.
 - 2) Tekuk lutut, tahan tubuh dalam posisi rendah.
 - 3) Jari tangan menggenggam.
 - 4) Bentuk landasan dengan lengan.
 - 5) Siku terkunci.
 - 6) Lengan sejajar dengan paha.
 - 7) Pinggang lurus.
 - 8) Pandangan ke arah bola.
- b. Pelaksanaan
 - 1) Terima bola didepan badan.
 - 2) Kaki sedikit diulurkan.
 - 3) Berat badan dialihkan ke depan.
 - 4) Perhatikan bola pada saat menyentuh lengan.
 - 5) Perkenaan bola pada lengan bagian dalam pada permukaan yang luas diantara pergelangan tangan dan siku.
- c. Gerakan lanjutan
 - 1) Jari tangan tetap digenggam.
 - 2) Sikut tetap terkunci.
 - 3) Landasan mengikuti bola ke sasaran.
 - 4) Pindahkan berat badan ke arah sasaran.
 - 5) Perhatikan bola bergerak ke arah sasaran.

Di dalam permainan bola voli, melakukan teknik dasar *passing* bawah ada kalanya harus dilakukan dengan satu tangan, yang mana posisi bola tidak memungkinkan untuk melakukan dengan dua tangan. Dalam hal ini, biasanya, bola jatuh jauh dari posisi pemain baik dari samping atau di depan.

4. Hakikat Ekstrakurikuler Bola Voli

Berdasarkan SK Mendikbud No.060/U1993, No 061/U/1993 dan No. 080/U/1993, ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilaksanakan di luar jam pelajaran yang tercantum dalam susunan program yang sudah sesuai dengan keadaan dan juga kebutuhan sekolah. Lebih lanjut ekstrakurikuler merupakan program sekolah, berupa kegiatan siswa yang bertujuan memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, optimasi pelajaran yang terkait, menyalurkan bakat dan minat, kemampuan dan keterampilan serta untuk lebih memantapkan kepribadian siswa. Tujuan ini mengandung makna bahwa kegiatan ekstrakurikuler berkaitan erat dengan proses belajar mengajar

Menurut Moh. Uzer Usman dan Lilis Setiawati (1993 : 34) ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan diluar jam pelajaran (tatap muka) baik dilaksanakan disekolah maupun diluar sekolah dengan maksud untuk lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan yang telah dimilikinya dari berbagai bidang studi.

Menurut Saputra (1998 : 6) kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan diluar jam pelajaran sekolah biasa, yang dilakukan di sekolah atau diluar sekolah dengan tujuan untuk memperluas pengetahuan siswa, mengenai hubungan antar mata pelajaran, menyalurkan bakat dan minat, serta melengkapi pembinaan manusia seutuhnya.

Dari beberapa uraian di atas dapat diambil suatu kesimpulan bahwa ekstrakurikuler bola voli merupakan suatu pelajaran tambahan yang diadakan oleh sekolah dan dilakukan diluar jam sekolah yang mempunyai nilai positif bagi peserta didik agar dapat menambah pengetahuan atau meningkatkan prestasi dari bakat bermain bola voli yang telah dimiliki oleh peserta didik tersebut.

5. Ekstrakurikuler Bola Voli di SMP Negeri 4 Gombang

Berdasarkan kurikulum yang ada, SMP Negeri 4 Gombang berusaha mengembangkan kemampuan siswa di luar bidang akademik dengan mengadakan kegiatan ekstrakurikuler. Ada beberapa kegiatan ekstrakurikuler bidang olahraga yang dilaksanakan di SMP Negeri 4 Gombang seperti: sepak bola, bola voli, basket, bulutangkis, dan tenis meja.

Salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang banyak diikuti siswa yaitu bola voli. Peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombang terdiri dari siswa kelas VII dan VIII. Pelaksanaan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombang dilakukan setiap hari Selasa dan Kamis yaitu pada pukul 15.00-17.00. Pembina ekstrakurikuler bola voli adalah salah

satu guru penjasorkes di SMP Negeri 4 Gombong yaitu bapak Suharta S.pd. Jas.

Kegiatan ekstrakurikuler bola voli ini sebenarnya sudah berjalan dengan baik tetapi dalam proses latihannya masih monoton dan kurang terkonsep. Ini dapat dilihat pada saat kegiatan berlangsung, banyak peserta yang langsung bermain dengan temannya tanpa arahan dari pembina. Sehingga banyak siswa yang sulit untuk mengembangkan dan mengoptimalkan latihannya.

6. Karakteristik Siswa SMP

Siswa SMP merupakan masa awal remaja (adolesensi), dimana terjadi peralihan dari masa kanak-kanak ke masa remaja. Siswa SMP adalah masa anak berumur antara 12-15 tahun. Menurut Hurlock (1991:206) yang dikutip dari (Rita, dkk, 2008:124) menyatakan awal masa remaja berlangsung kira-kira dari tiga belas tahun sampai enam belas tahun atau tujuh belas tahun, dan akhir masa remaja bermula dari usia 16 atau 17 tahun sampai delapan belas tahun, yaitu usia mata secara hukum.

Kemudian menurut para ahli yang dikutip dalam bukunya (Abin Syamsudin, 2004:130) melakukan pembagian terhadap masa remaja awal (early adolescent, puberty) dan remaja akhir (late adolescent, puberty) yang mempunyai rentangan waktu antara 11-13 sampai 14-15 tahun dan 14-16 sampai 18-20 tahun. Pada hakikatnya siswa SMP adalah masa dimana mengalami perubahan-perubahan psikofisik yang terjadi pada diri individu, baik itu wanita atau pria. Pada masa ini anak mengalami masa

pubertas. Mulai menyukai lawan jenis dan sudah mampu berfikir abstrak dan logis.

Pada anak seusia SMP merupakan masa remaja awal. Pada masa remaja awal biasanya terjadi masa transisi, baik biologis, psikologis, sosial maupun ekonomis. Berikut ini merupakan masa perkembangan remaja awal yang dikutip dari Abin Syamsudin, (2004:132-135):

- a. Fisik dan perilaku Psikomotorik
 - 1) Laju perkembangan secara umum berlangsung sangat cepat dan pesat.
 - 2) Proporsi ukuran tinggi dan berat badan sering kurang seimbang (termasuk otot dan tulang belakang).
 - 3) Munculnya ciri-ciri sekunder (tumbuh bulu pada public region, otot mengembang pada bagian-bagian tertentu), disertai mulai aktifnya sekresi kelenjar jenis (menstruasi pada wanita dan polusi pada pria pertama kali).
 - 4) Gerak-gerak tampak canggung dan kurang terkoordinasikan, aktif dalam berbagai jenis cabang permainan yang dicobanya.
- b. Bahasa dan Perilaku Kognitif
 - 1) Mengalami perkembangan dalam penggunaan bahasa sandi dan mulai tertarik mempelajari bahasa asing.
 - 2) Menggemari literatur yang bernafaskan dan mengandung segi erotik, fantastik, dan estetik.
 - 3) Pengamatan dan tanggapannya masih bersifat realisme dan kritis.
 - 4) Proses berfikirnya sudah mampu mengoperasikan kaidah-kaidah logika formal (asosiasi, diferensiasi, komparasi, kausalitas) dalam term yang bersifat abstrak (meskipun relatif terbatas).
 - 5) Kecakapan dasar intelektual umumnya (general intelligence) menjalani laju perkembangan yang terpesat (terutama bagi yang belajar di sekolah).
 - 6) Kecakapan dasar khusus (bakat-bakat) atau aptitudes mulai menunjukkan kecenderungan-kecenderungan secara lebih jelas.
- c. Perilaku sosial, moralitas, dan religius
 - 1) Diawali dengan kecenderungan ambivalensi keinginan menyendiri dan keinginan bergaul dengan banyak teman tetapi bersifat temporer. Adanya kebergantungan yang kuat kepada kelompok sebaya disertai semangat konformitas yang tinggi.

- 2) Adanya ambivalensi antara keinginan bebas dari dominasi pengaruh orang tua dengan kebutuhan bimbingan dan bantuan dari orang tuanya.
 - 3) Dengan sikapnya dan cara berfikirnya yang kritis mulai menguji kaidah-kaidah atau sistem nilai etis dengan kenyataannya dalam perilaku sehari-hari oleh para pendukungnya (orang dewasa).
 - 4) Mengidentifikasi dirinya dengan tokoh-tokoh moralitas yang dipandang tepat dengan tipe idolanya
 - 5) Mengenai eksistensi (keberadaan) dan sifat kemurahan dan keadilan Tuhan mulai dipertanyakan secara kritis dan skeptis.
 - 6) Penghayatan kehidupan keagamaan sehari-hari dilakukan mungkin didasarkan atas pertimbangan adanya semacam tuntunan yang memaksa dari luar dirinya.
 - 7) Masih mencari dan mencoba menemukan pegangan hidupnya.
- d. Perilaku afektif, konatif dan kepribadian
- 1) Lima kebutuhan dasar (fisik, rasa aman, afiliasi sosial, penghargaan, perwujudan diri) mulai menunjukan arah kecenderungan-kecenderungannya.
 - 2) Reaksi-reaksi dan ekspresi emosinya masih labil dan belum terkendali seperti pernyataan marah, gembira, atau kesedihannya mungkin masih dapat berubah-ubah silih berganti, dalam tempo yang cepat.
 - 3) Kecenderungan-kecenderungan arah sikap nilai mulai tampak (teoritis, ekonomis, estesis, sosial, politis, dan religius), meskipun masih dalam taraf eksplorasi dan mencoba-coba.
 - 4) Merupakan masa kritis dalam rangka menghadapi kritis identitasnya yang sangat dipengaruhi oleh kondisi psikososialnya, yang akan membentuk kepribadiannya.

B. Penelitian Yang Relevan

1. Penelitian yang dilakukan oleh Bani Tri Umboro (2009), judul “Tingkat Keterampilan Bermain Bolavoli Siswa Putra Kelas XI SMA Negeri 1 Pundong Bantul”. Hasil Penelitian dari sebanyak 54 siswa putra kelas XI SMA N 1 Pundong Bantul yang memiliki keterampilan bermain bolavoli dikategorikan “sangat baik” 5 siswa (9,20 %), “baik” 9 siswa (16,67%), “cukup baik” 19 siswa (35,19%) “kurang baik 20 siswa (37,04%), “sangat

kurang baik” 1 siswa (1,85%). Secara keseluruhan tingkat keterampilan bermain bolavoli siswa putra kelas XI di SMA N 1 Pundong Bantul dalam kategori cukup baik.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Eri Widayati (2009), judul “Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Bolavoli Siswa Putra Kelas VIII SMP Negeri 1 selomerto Wonosobo”. Hasil Penelitian dari sebanyak 86 siswa putra kelas VIII SMP Negeri 1 Selomerto Wonosobo yang masuk dalam kategori sangat kurang sebanyak 33 anak (38,4%), kategori cukup sebanyak 14 anak (16,3%) dan kategori kurang dan baik sebanyak 10 anak (11,6%). Secara keseluruhan tingkat keterampilan dasar bermain bolavoli siswa putra kelas VIII SMP N 1 Selomerto Wonosobo dalam kategori sangat kurang.

C. Kerangka Berpikir

Pada dasarnya siswa di sekolah menengah pertama sangat senang dengan olahraga, dan permainan bola voli termasuk di dalamnya. Olahraga permainan bola voli ini dapat dilakukan oleh semua kalangan baik kalangan umum maupun para siswa sekolah. Permainan bolavoli merupakan materi pokok yang tercantum dalam kurikulum pendidikan jasmani dan kesehatan sekolah menengah pertama. Karena sebagai materi pokok dan materi pilihan maka teknik dasar permainan bolavoli itu harus diajarkan kepada siswa. Sesuai dengan karakteristik siswa sekolah menengah pertama yang masih menyukai bermain atau jenis permainan.

Oleh karena itu peneliti berminat untuk melakukan penelitian ini mengingat pentingnya kemampuan *passing* bawah dalam melakukan permainan bola voli. Dengan melakukan penelitian ini maka akan diketahui tingkat kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombong.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Permainan Bola Voli

Permainan bola voli merupakan permainan yang kompleks dan tidak mudah untuk dilakukan oleh setiap orang. Diperlukan pengetahuan tentang teknik-teknik dasar dan teknik-teknik lanjutan untuk dapat bermain bola voli secara efektif.

Menurut Imam Soejadi (1979 : 17) permainan bola voli adalah suatu cabang berbentuk mem-volley bola di udara hilir mudik di atas jaring /net, dengan maksud dapat menjatuhkan bola di dalam petak lapangan lawan untuk mencari kemenangan dalam bermain.

Dalam permainannya boleh menggunakan seluruh anggota tubuh, baik tangan, kaki, kepala, dan anggota tubuh lainnya. Sedangkan Menurut Boni Robinson (1997:12) bola voli adalah permainan di atas lapangan persegi empat yang lebarnya 900 cm dan panjangnya 1800 cm, dibatasi oleh garis selebar 5 cm, di tengah-tengahnya dipasang jaringatau jala yang lebarnya 90 cm terbentang dan mendaki sampai pada ketinggian 243 cm dari bawah (untuk anak laki-laki) dan untuk anak perempuan 224 cm. Tujuan permainan ini adalah melewati bola diatas net agar dapat jatuh menyentuh daerah lawan.

Menurut Barbara L. Viera (2000:2) bola voli di mainkan oleh dua tim beranggotakan dua sampai enam orang dalam satu lapangna berukuran 30 kaki (9

meter persegi) bagi setiap tim, dan setiap tim dipisahkan oleh sebuah net. Tujuan utama dari setiap tim adalah memukul bola kearah bidang lapangan musuh sedemikian rupa agar lawan tidak bisa mengembalikan bola.

Jadi dapat disimpulkan bahwa permainan bola voli adalah permainan bola besar yang dimainkan oleh dua regu, tiap regu terdiri dari enam orang dimainkan diatas lapangan berukuran 18 X 9 meter dan dipisahkan oleh sebuah jaring, dalam permainannya boleh menggunakan seluruh anggota badan. Taip regu hanya boleh memvoli bola sebanyak tiga kali dan setiap pemain tidak boleh melakukan sentuhan sebanyak dua kali berturut-turut, kecuali ketika melakukan *blocking*.

Permainan yang baik adalah permainan yang indah dan bervariasi memperagakan teknik-teknik yang benar, bagus dan menarik. Dengan teknik yang benar maka permainan akan menjadi lebih hidup dan mampu menyuguhkan permainan yang menarik. Menurut Muhajir (2004: 34) tujuan permainan bola voli adalah memperagakan teknik dan taktik memainkan bola dilapangan untuk meraih kemenangan dalam setiap pertandingan.

Dari perkembangannya permainan bola voli sangat baik dari teknik, taktik maupun peraturannya. Salah satunya dari nilai dalam satu set, untuk peraturan yang baru , adalah dengan menggunakan sistem *rally point*, sehingga setiap pindah bola juga terjadi penambahan nilai. *Game* terjadi apabila salah satu tim sudah meraih point duapuluh lima (25) apabila terjadi *deuce* maka nilai harus dicari sampai nilai selisih dua point, setelah selisih dua point maka permainan bisa dinyatakan berakhir atau game.

2. Teknik-teknik Dasar dalam Permainan Bola Voli

Menurut Nuril Ahmadi dalam bukunya (2007:20) dalam permainan bola voli ada beberapa bentuk teknik dasar yang harus dikuasi. Teknik-teknik dalam permainan bola voli terdiri atas *service*, *passing*, *block*, dan *smash*.

a. Servis

Servis merupakan pukulan permulaan yang dilakukan oleh pihak-pihak yang berhak melakukan servis untuk memulai menghidupkan bola kedalam permainan. Nuril Ahmadi (2007: 20) mengemukakan servis adalah pukulan bola yang dilakukan dari belakang garis akhir lapangan permainan melampaui net ke daerah lawan. Pukulan servis dilakukan pada permulaan dan setelah mendapat poin dalam permainan. Ada beberapa jenis servis dalam permainan bola voli, diantaranya servis tangan bawah (*underhand service*), servis tangan samping (*sidehand service*), servis atas kepala (*overhead service*), servis mengambang (*floating service*), *top spin service*, dan *jump service*.

b. Passing

Passing adalah upaya seorang pemain dengan menggunakan suatu teknik tertentu untuk mengoperkan bola yang dimainkannya kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri (Nuril Ahmadi 2007:22) Teknik dasar yang paling utama dalam permainan bola voli adalah teknik *passing*. *Passing* dapat diartikan mengumpan atau mengoper.

Menurut Muhajir (2006 : 10) *passing* adalah usaha atau upaya seorang pemain bola voli dengan cara menggunakan teknik tertentu yang tujuannya adalah untuk mengoperkan bola yang dimainkannya itu kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri.

Menurut H. Nazar dalam bukunya (1984:15) *passing* dikategorikan menjadi dua yaitu operan atas (*overhand pass*) dan operan bawah (*underhand pass*).

c. *Blocking*

Blocking menurut Nuril Ahmadi (2007:30) merupakan pertahanan utama untuk menangkis serangan lawan. Jika ditinjau dari teknik gerakan, *block* bukanlah merupakan teknik yang sulit. Namun presentasi keberhasilan suatu *block* relatif kecil karena bola arah *smash* yang akan diblok, dikendalikan oleh lawan.

Menurut H. Nazar dalam bukunya (1984:27) *blocking* ada beberapa macam, yaitu memblokir sambil menyerang (*attack blocking*), memblokir sambil menahan (*soft blocking*), dan memblokir berganda.

d. *Smash*

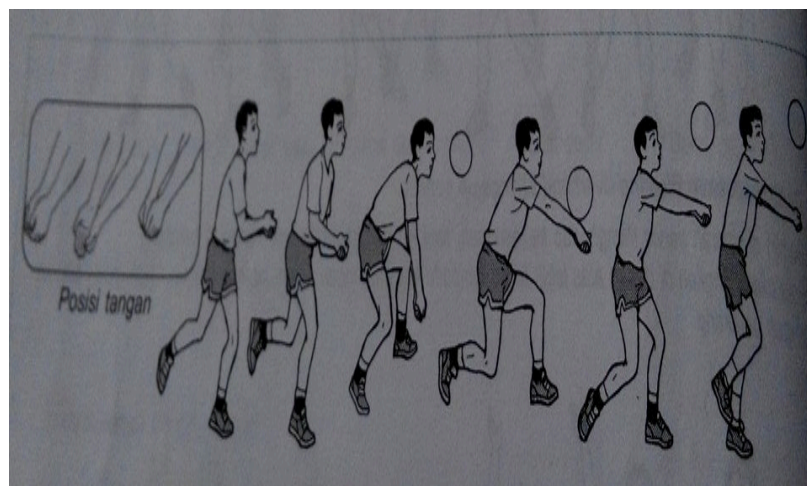
Smash menurut Nuril Ahmadi (2007:31) merupakan pukulan bola yang keras dari atas ke bawah, dan jalan bolanya menukik. *Smash* bentuk serangan yang paling banyak dipergunakan dalam upaya memperoleh nilai suatu tim. pukulan *smash* banyak macamnya dan variasinya. Macam-macam bentuk *smash* yaitu: pukulan serangan frontal, pukulan berputar, pukulan

serangan melalui sisi badan, dan pukulan dengan gerakan sendi pergelangan tangan yang dapat diarahkan ke segala arah (Nuril Ahmadi 2007:31).

3. Hakikat Kemampuan *Passing* Bawah

Passing bawah merupakan gerakan pengambilan bola dimana biasanya posisi bola berada dibawah badan yang biasanya dilakukan dengan kedua tangan bagian bawah juga, dari siku dan pergelangan tangan yang dirapatkan baik untuk dioperkan kepada teman maupun langsung kepada lawan (Aip Syarifudin dan Muhadi, 1993: 198).

Passing bawah merupakan modal awal suatu tim melakukan serangan setelah menerima servis atau serangan dari lawan, jika kemampuan *passing* bawah suatu tim buruk, maka kemungkinan besar tim tersebut akan tidak bisa melakukan serangan. Keterangan seperti tersebut bukanlah tidak ada alasannya, alasan yang mendasari atas keterangan tersebut adalah jika dilihat dari manfaat atau kegunaan *passing* bawah itu sendiri.



Gambar 1. Rangkaian gerakan *Passing* Bawah

(Sumber : Muhajir , 2006: 10)

Menurut Nuril Ahmadi (2007: 23) ada beberapa tahapan untuk melakukan gerakan *passing* bawah yaitu:

- a. Persiapan
 - 1) Kaki dalam posisi meregang dengan santai, bahu terbuka lebar.
 - 2) Tekuk lutut, tahan tubuh dalam posisi rendah.
 - 3) Jari tangan menggenggam.
 - 4) Bentuk landasan dengan lengan.
 - 5) Siku terkunci.
 - 6) Lengan sejajar dengan paha.
 - 7) Pinggang lurus.
 - 8) Pandangan ke arah bola.
- b. Pelaksanaan
 - 1) Terima bola didepan badan.
 - 2) Kaki sedikit diulurkan.
 - 3) Berat badan dialihkan ke depan.
 - 4) Perhatikan bola pada saat menyentuh lengan.
 - 5) Perkenaan bola pada lengan bagian dalam pada permukaan yang luas diantara pergelangan tangan dan siku.
- c. Gerakan lanjutan
 - 1) Jari tangan tetap digenggam.
 - 2) Sikut tetap terkunci.
 - 3) Landasan mengikuti bola ke sasaran.
 - 4) Pindahkan berat badan ke arah sasaran.
 - 5) Perhatikan bola bergerak ke arah sasaran.

Di dalam permainan bola voli, melakukan teknik dasar *passing* bawah ada kalanya harus dilakukan dengan satu tangan, yang mana posisi bola tidak memungkinkan untuk melakukan dengan dua tangan. Dalam hal ini, biasanya, bola jatuh jauh dari posisi pemain baik dari samping atau di depan.

4. Hakikat Ekstrakurikuler Bola Voli

Berdasarkan SK Mendikbud No.060/U/1993, No 061/U/1993 dan No. 080/U/1993, ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilaksanakan di luar jam pelajaran yang tercantum dalam susunan program yang sudah sesuai dengan keadaan dan juga kebutuhan sekolah. Lebih lanjut ekstrakurikuler merupakan

program sekolah, berupa kegiatan siswa yang bertujuan memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, optimasi pelajaran yang terkait, menyalurkan bakat dan minat, kemampuan dan keterampilan serta untuk lebih memantapkan kepribadian siswa. Tujuan ini mengandung makna bahwa kegiatan ekstrakurikuler berkaitan erat dengan proses belajar mengajar

Menurut Moh. Uzer Usman dan Lilis Setiawati (1993 : 34) ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan diluar jam pelajaran (tatap muka) baik dilaksanakan disekolah maupun diluar sekolah dengan maksud untuk lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan yang telah dimilikinya dari berbagai bidang studi.

Menurut Saputra (1998 : 6) kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan diluar jam pelajaran sekolah biasa, yang dilakukan di sekolah atau diluar sekolah dengan tujuan untuk memperluas pengetahuan siswa, mengenai hubungan antar mata pelajaran, menyalurkan bakat dan minat, serta melengkapi pembinaan manusia seutuhnya.

Dari beberapa uraian di atas dapat diambil suatu kesimpulan bahwa ekstrakurikuler bola voli merupakan suatu pelajaran tambahan yang diadakan oleh sekolah dan dilakukan diluar jam sekolah yang mempunyai nilai positif bagi peserta didik agar dapat menambah pengetahuan atau meningkatkan prestasi dari bakat bermain bola voli yang telah dimiliki oleh peserta didik tersebut

5. Ekstrakurikuler Bola Voli di SMP Negeri 4 Gombang

Berdasarkan kurikulum yang ada, SMP Negeri 4 Gombang berusaha mengembangkan kemampuan siswa di luar bidang akademik dengan mengadakan kegiatan ekstrakurikuler. Ada beberapa kegiatan ekstrakurikuler bidang olahraga yang dilaksanakan di SMP Negeri 4 Gombang seperti: sepak bola, bola voli, basket, bulutangkis, dan tenis meja.

Salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang banyak diikuti siswa yaitu bola voli. Peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombang terdiri dari siswa kelas VII dan VIII. Pelaksanaan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombang dilakukan setiap hari Selasa dan Kamis yaitu pada pukul 15.00-17.00. Pembina ekstrakurikuler bola voli adalah salah satu guru penjasorkes di SMP Negeri 4 Gombang yaitu bapak Suharta S.pd. Jas.

Kegiatan ekstrakurikuler bola voli ini sebenarnya sudah berjalan dengan baik tetapi dalam proses latihannya masih monoton dan kurang terkonsep. Ini dapat dilihat pada saat kegiatan berlangsung, banyak peserta yang langsung bermain dengan temannya tanpa arahan dari pembina. Sehingga banyak siswa yang sulit untuk mengembangkan dan mengoptimalkan latihannya.

6. Karakteristik Siswa SMP

Siswa SMP merupakan masa awal remaja (adolesensi), dimana terjadi peralihan dari masa kanak-kanak ke masa remaja. Siswa SMP adalah masa anak berumur antara 12-15 tahun. Menurut Hurlock (1991:206) yang dikutip dari (Rita, dkk, 2008:124) menyatakan awal masa remaja berlangsung kira-kira dari tiga belas tahun sampai enam belas tahun atau tujuh belas tahun, dan akhir masa

remaja bermula dari usia 16 atau 17 tahun sampai delapan belas tahun, yaitu usia mata secara hukum.

Kemudian menurut para ahli yang dikutip dalam bukunya (Abin Syamsudin, 2004:130) melakukan pembagian terhadap masa remaja awal (early adolescent, puberty) dan remaja akhir (late adolescent, puberty) yang mempunyai rentangan waktu antara 11-13 sampai 14-15 tahun dan 14-16 sampai 18-20 tahun. Pada hakikatnya siswa SMP adalah masa dimana mengalami perubahan-perubahan psikofisik yang terjadi pada diri individu, baik itu wanita atau pria. Pada masa ini anak mengalami masa pubertas. Mulai menyukai lawan jenis dan sudah mampu berfikir abstrak dan logis.

Pada anak seusia SMP merupakan masa remaja awal. Pada masa remaja awal biasanya terjadi masa transisi, baik biologis, psikologis, sosial maupun ekonomis. Berikut ini merupakan masa perkembangan remaja awal yang dikutip dari Abin Syamsudin, (2004:132-135):

- a. Fisik dan perilaku Psikomotorik
 - 1) Laju perkembangan secara umum berlangsung sangat cepat dan pesat.
 - 2) Proporsi ukuran tinggi dan berat badan sering kurang seimbang (termasuk otot dan tulang belakang).
 - 3) Munculnya ciri-ciri sekunder (tumbuh bulu pada public region, otot mengembang pada bagian-bagian tertentu), disertai mulai aktifnya sekresi kelenjar jenis (menstruasi pada wanita dan polusi pada pria pertama kali).
 - 4) Gerak-gerak tampak canggung dan kurang terkoordinasikan, aktif dalam berbagai jenis cabang permainan yang dicobanya.
- b. Bahasa dan Perilaku Kognitif
 - 1) Mengalami perkembangan dalam penggunaan bahasa sandi dan mulai tertarik mempelajari bahasa asing.
 - 2) Menggemari literatur yang bernafaskan dan mengandung segi erotik, fantastik, dan estetik.
 - 3) Pengamatan dan tanggapannya masih bersifat realisme dan kritis.
 - 4) Proses berfikirnya sudah mampu mengoperasikan kaidah-kaidah logika formal (asosiasi, diferensiasi, komparasi, kausalitas) dalam term yang bersifat abstrak (meskipun relatif terbatas).

- 5) Kecakapan dasar intelektual umumnya (general intelligence) menjalani laju perkembangan yang terpesat (terutama bagi yang belajar di sekolah).
 - 6) Kecakapan dasar khusus (bakat-bakat) atau aptitudes mulai menunjukkan kecenderungan-kecenderungan secara lebih jelas.
- c. Perilaku sosial, moralitas, dan religius
- 1) Diawali dengan kecenderungan ambivalensi keinginan menyendiri dan keinginan bergaul dengan banyak teman tetapi bersifat temporer. Adanya kebergantungan yang kuat kepada kelompok sebaya disertai semangat konformitas yang tinggi.
 - 2) Adanya ambivalensi antara keinginan bebas dari dominasi pengaruh orang tua dengan kebutuhan bimbingan dan bantuan dari orang tuanya.
 - 3) Dengan sikapnya dan cara berfikirnya yang kritis mulai menguji kaidah-kaidah atau sistem nilai etis dengan kenyataannya dalam perilaku sehari-hari oleh para pendukungnya (orang dewasa).
 - 4) Mengidentifikasi dirinya dengan tokoh-tokoh moralitas yang dipandang tepat dengan tipe idolanya.
 - 5) Mengenai eksistensi (keberadaan) dan sifat kemurahan dan keadilan Tuhan mulai dipertanyakan secara kritis dan skeptis.
 - 6) Penghayatan kehidupan keagamaan sehari-hari dilakukan mungkin didasarkan atas pertimbangan adanya semacam tuntunan yang memaksa dari luar dirinya.
 - 7) Masih mencari dan mencoba menemukan pegangan hidupnya.
- d. Perilaku afektif, konatif dan kepribadian
- 1) Lima kebutuhan dasar (fisik, rasa aman, afiliasi sosial, penghargaan, perwujudan diri) mulai menunjukkan arah kecenderungan-kecenderungannya.
 - 2) Reaksi-reaksi dan ekspresi emosinya masih labil dan belum terkendali seperti pernyataan marah, gembira, atau kesedihannya mungkin masih dapat berubah-ubah silih berganti, dalam tempo yang cepat.
 - 3) Kecenderungan-kecenderungan arah sikap nilai mulai tampak (teoritis, ekonomis, estesis, sosial, politis, dan religius), meskipun masih dalam taraf eksplorasi dan mencoba-coba.
 - 4) Merupakan masa kritis dalam rangka menghadapi kritis identitasnya yang sangat dipengaruhi oleh kondisi psikososialnya, yang akan membentuk kepribadiannya.

B. Penelitian Yang Relevan

1. Penelitian yang dilakukan oleh Bani Tri Umboro (2009), judul “Tingkat Keterampilan Bermain Bolavoli Siswa Putra Kelas XI SMA Negeri 1 Pundong Bantul”. Hasil Penelitian dari sebanyak 54 siswa putra kelas XI

SMA N 1 Pundong Bantul yang memiliki keterampilan bermain bolavoli dikategorikan “sangat baik” 5 siswa (9,20 %), “baik” 9 siswa (16,67%), “cukup baik” 19 siswa (35,19%) “kurang baik 20 siswa (37,04%), “sangat kurang baik” 1 siswa (1,85%). Secara keseluruhan tingkat keterampilan bermain bolavoli siswa putra kelas XI di SMA N 1 Pundong Bantul dalam kategori cukup baik.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Eri Widayati (2009), judul “Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Bolavoli Siswa Putra Kelas VIII SMP Negeri 1 selomerto Wonosobo”. Hasil Penelitian dari sebanyak 86 siswa putra kelas VIII SMP Negeri 1 Selomerto Wonosobo yang masuk dalam kategori sangat kurang sebanyak 33 anak (38,4%), kategori cukup sebanyak 14 anak (16,3%) dan kategori kurang dan baik sebanyak 10 anak (11,6%). Secara keseluruhan tingkat keterampilan dasar bermain bolavoli siswa putra kelas VIII SMP N 1 Selomerto Wonosobo dalam kategori sangat kurang.

C. Kerangka Berpikir

Pada dasarnya siswa di sekolah menengah pertama sangat senang dengan olahraga, dan permainan bola voli termasuk di dalamnya. Olahraga permainan bola voli ini dapat dilakukan oleh semua kalangan baik dikalangan umum maupun para siswa sekolah. Permainan bolavoli merupakan materi pokok yang tercantum dalam kurikulum pendidikan jasmani dan kesehatan sekolah menengah pertama. Karena sebagai materi pokok dan materi pilihan maka teknik dasar permainan bolavoli itu harus diajarkan kepada siswa. Sesuai dengan karakteristik siswa sekolah menengah pertama yang masih menyukai bermain atau jenis permainan.

Oleh karena itu peneliti berminat untuk melakukan penelitian ini mengingat pentingnya kemampuan *passing* bawah dalam melakukan permainan bola voli. Dengan melakukan penelitian ini maka akan diketahui tingkat kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombong.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini adalah Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif, yaitu penelitian yang dilakukan untuk menggambarkan gejala, fenomena atau peristiwa tertentu. Pengumpulan data dilakukan mendapatkan informasi terkait dengan fenomena, kondisi, atau variabel tertentu dan tidak dimaksudkan untuk melakukan pengujian hipotesis (Ali Maksum, 2012: 68).

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik tes dan pengukuran. Tes adalah sebuah instrumen atau alat yang digunakan untuk mendapatkan informasi mengenai individu atau objek, sedangkan pengukuran adalah mengumpulkan informasi (Ali Maksum, 2012: 107-108). Tes yang dilakukan untuk mengetahui tingkat kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombang ini menggunakan tes *passing* bawah menurut DEPDIKNAS tahun 1999.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 4 Gombang yang beralamatkan di desa Wero, kecamatan Gombang, kabupaten Kebumen. Subyek penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombang. Penelitian dilakukan pada tanggal 18 Februari tahun 2015

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel adalah suatu konsep yang memiliki variabilitas atau keragaman yang menjadi fokus penelitian (Ali Maksum 2012: 29).

Sedangkan menurut Sugiyono (2006: 2) bahwa variabel merupakan gejala yang menjadi fokus peneliti untuk diteliti. Sugiyono (2006:3) menerangkan bahwa variabel dapat didefinisikan sebagai atribut dari sekelompok orang atau objek, yang mempunyai variasi antara satu dengan lainnya dalam kelompok itu.

Variabel dalam penelitian ini variabel tunggal, yaitu tingkat kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombong yang diukur dengan menggunakan tes *passing* bawah menurut DEPDIKNAS 1999.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Penelitian ini menggunakan populasi, menurut. Sugiyono dalam buku Statistik untuk Penelitian (2006:55) bahwa populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Jadi populasi bukan hanya orang, tetapi juga obyek dan benda-benda alam lainnya.

Populasi bukan hanya sekedar jumlah yang ada pada obyek/subyek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik/sifat yang dimiliki oleh subyek atau obyek yang diteliti itu. Menurut Ali Maksum (2012: 53) Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi yang digunakan

dalam penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombong yang berjumlah 30 orang.

2. Sampel penelitian

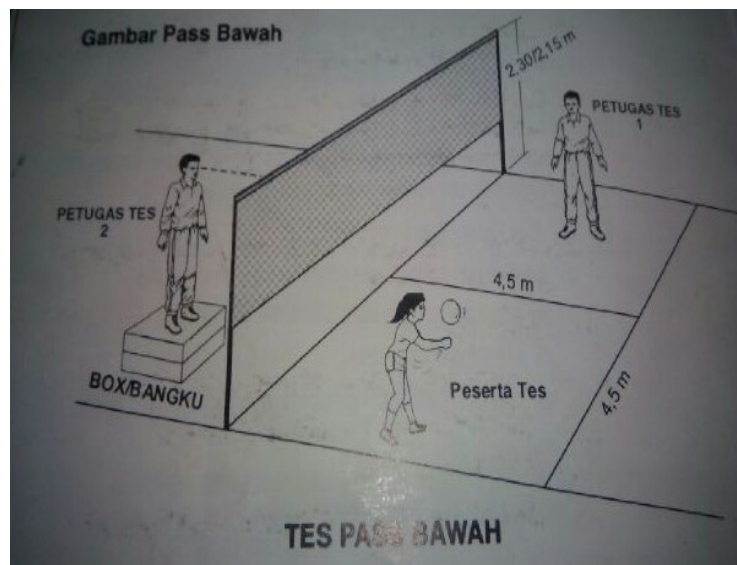
Sampel adalah sebagian jumlah dari karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2006 : 56). Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto (2010 : 174) sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan sampel jenuh atau semua dari populasi. Cara ini dipakai karena jumlah populasi tidak lebih dari 30 orang. Sampel yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah semua peserta ekstrakurikuler bola voli yang berjumlah 30 orang.

E. Instrumen Penelitian

Dalam suatu penelitian dibutuhkan alat yang dipakai untuk mengumpulkan data. Menurut Suharsimi Arikunto (2005:101) instrumen pengumpulan data adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya.

Instrumen merupakan alat ukur untuk mendapatkan data agar suatu penelitian mendapatkan data yang sesuai diharapkan untuk itu dibutuhkan instrumen yang dirancang dan dibuat sedemikian rupa. Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan adalah berupa tes passing bawah dengan menurut (Depdiknas 1999:9) yaitu dengan cara melakukan passing bawah selama 60 detik. Tes ini memiliki banyak kelebihan atau kemudahan diantaranya dapat

dilaksanakan di lapangan yang tidak begitu luas, peserta tes lebih mudah dalam pengawasan, dan sesuai dengan karakteristik siswa SMP yang ber-usia 13-15 tahun. Tes yang digunakan oleh peneliti memiliki validitas tes sebesar 0,733 dan realibilitas tes sebesar 0,758.



Gambar 2. Pelaksanaan tes *passing* bawah

(Sumber : Depdiknas 1999)

F. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan menggunakan tes dan pengukuran. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan tes. Tes adalah sebuah prosedur yang sistematis dan objektif untuk memperoleh data atau keterangan yang diinginkan dengan cara relatif tepat (Ali Maksum, 2012: 111). Data yang diperoleh kemudian dicocokkan dengan tabel nilai, lalu setelah diketahui skor

passing bawahnya, data dikonversikan ke dalam tabel norma pengklasifikasian tes *passing* bawah..

Adapun tabel norma pengklasifikasian tingkat kemampuan *passing* bawah yang dikutip dari DEPDIKNAS (1999:18) adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Norma Pengklasifikasian Kemampuan *Passing* Bawah untuk Putera

Kurang Sekali	Kurang	Sedang	Baik	Baik Sekali
< 16	17 – 26	27 – 39	40 – 46	> 47

(Sumber DEPDIKNAS 1999:17)

Tabel 2. Norma Pengklasifikasian Kemampuan *Passing* Bawah untuk Puteri.

Kurang Sekali	Kurang	Sedang	Baik	Baik Sekali
< 12	13 – 20	21 – 36	37 – 44	> 45

(Sumber DEPDIKNAS 1999:17)

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase. Statistik deskriptif adalah bagian dari statistik yang membahas mengenai penyusunan data ke dalam daftar, grafik atau bentuk lain yang tidak dimaksudkan untuk pengujian hipotesis atau penarikan kesimpulan (Ali Maksum, 2012: 159).

Menurut Suharsimi Arikunto dalam Dian Hidayat (2011: 50) rumus yang digunakan untuk mencari persentase adalah sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P : persentase yang dicari

F : frekuensi

N : jumlah responden

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

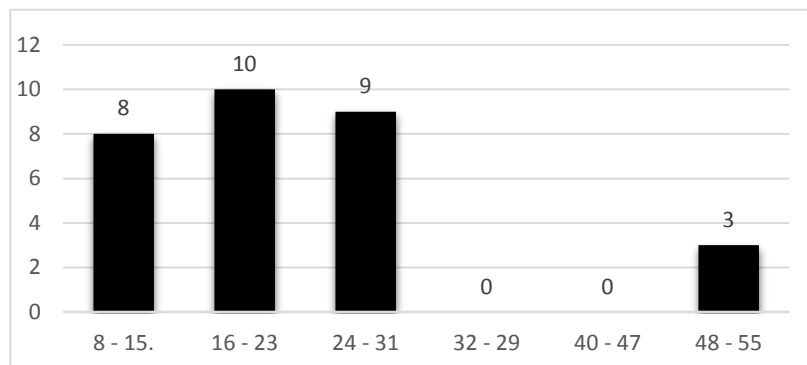
A. Hasil Penelitian

Penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 4 Gombong pada tanggal 18 Februari 2015 dengan subjek peserta ekstrakurikuler bola voli didapatkan capaian skor yang dapat disajikan seperti pada tabel 3 distribusi frekuensi kelas interval di bawah ini.

Tabel 3. Data Hasil Tes Kemampuan *Passing* Bawah Peserta Ekstrakurikuler

No.	Interval	f_i	Presentase
1	8 – 15	8	26,7 %
2	16 – 23	10	33,3 %
3	24 – 31	9	30 %
4	32 – 39	0	0 %
5	40 – 47	0	0%
6	48 – 55	3	10 %
Jumlah		30	100 %

Dari data tabel di atas, dapat dideskripsikan pula bahwa, nilai terendah 8, nilai tertinggi 55, jumlah sampel 30 (n) kelas interval 6, rentang data 47, panjang kelas 8, mean 22,97, modus, 15,67, dan median 16,45. Data dari tabel di atas apabila ditampilkan dalam bentuk diagram batang maka dapat dilihat pada halaman 26



Gambar 3. Diagram Batang Hasil Tes Kemampuan *Passing Bawah* Peserta Ekstrakurikuler

Data hasil penelitian juga menunjukkan bahwa peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombong yang telah mengikuti tes terdiri dari 30 siswa dengan perincian peserta putra berjumlah 14 orang dan peserta putri berjumlah 16 orang mempunyai tingkat kemampuan *passing bawah* yang tidak sama, sehingga untuk mengetahui tingkat kemampuan dari masing-masing peserta perlu diubah menjadi bentuk persentase.

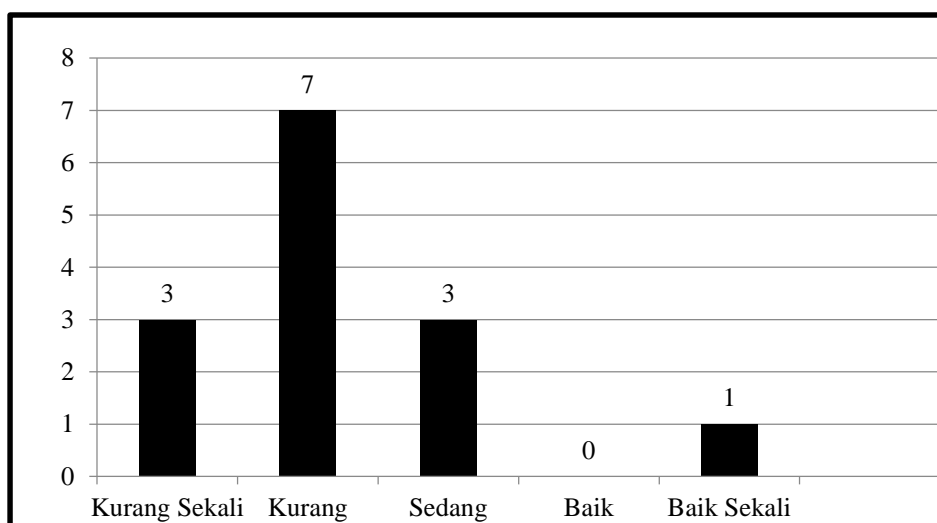
Tabel norma klasifikasi tingkat kemampuan *passing bawah* peserta putra dan dilanjutkan dengan peserta putri ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombong dapat dilihat seperti tabel 4 dan tabel 5 di bawah ini:

Tabel 4. Norma Klasifikasi Tingkat Kemampuan *Passing Bawah* Peserta Putra

Interval	Klasifikasi	f_i	Presentase
>47	Baik Sekali	1	7,14 %
40 – 46	Baik	0	0 %
27 – 39	Sedang	3	21,43 %
17 – 26	Kurang	7	50 %
< 16	Kurang Sekali	3	21,43 %
Jumlah		14	100 %

Tabel 4 klasifikasi tingkat kemampuan *passing* bawah peserta putra di atas dapat dilihat bahwa dari 14 peserta yang mengikuti tes, menunjukkan bahwa peserta putra yang tingkat kemampuan *passing* bawahnya berada pada klasifikasi kurang sekali sejumlah 3 orang (21,43%), kurang 7 orang (50%), sedang 3 orang (21,43%), baik 0 orang (0%), dan baik sekali 1 orang (7,14%).

Klasifikasi tingkat kemampuan *passing* bawah peserta putra tersebut kemudian disajikan dalam bentuk diagram yang dapat dilihat seperti pada gambar 4 di bawah ini:



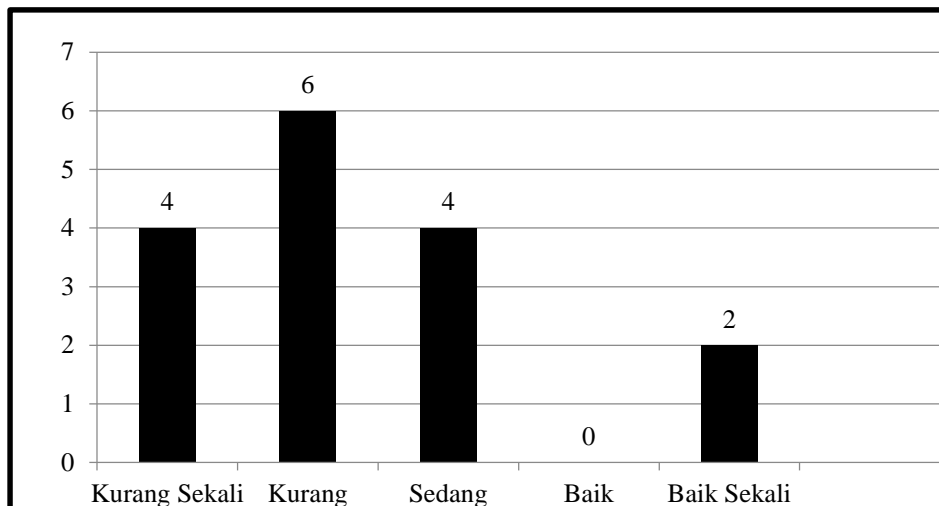
Gambar 4. Diagram Batang Klasifikasi Tingkat Kemampuan *Passing* Bawah Peserta Putra .

Tabel 5. Norma Klasifikasi Tingkat Kemampuan *Passing* Bawah Peserta Putri.

Interval	Klasifikasi	f_i	Presentase
>45	Baik Sekali	2	12,5 %
37 – 44	Baik	0	0 %
21 – 36	Sedang	4	25 %
13 – 20	Kurang	6	37,5 %
< 12	Kurang Sekali	4	25 %
Jumlah		16	100 %

Tabel 5 klasifikasi tingkat kemampuan *passing* bawah peserta putri di atas dapat dilihat bahwa dari 16 peserta yang mengikuti tes, menunjukkan bahwa peserta putri yang tingkat kemampuan *passing* bawahnya berada pada klasifikasi kurang sekali sejumlah 4 orang (25%), kurang 6 orang (37,5%), sedang 4 orang (25%), baik 0 orang (0%), dan baik sekali 2 orang (12,5%).

Klasifikasi tingkat kemampuan *passing* bawah peserta putera tersebut kemudian disajikan dalam bentuk histogram yang dapat dilihat seperti pada gambar 5 pada halaman 29.



Gambar 5. Diagram Batang Klasifikasi Tingkat Kemampuan *Passing* Bawah Peserta Putri

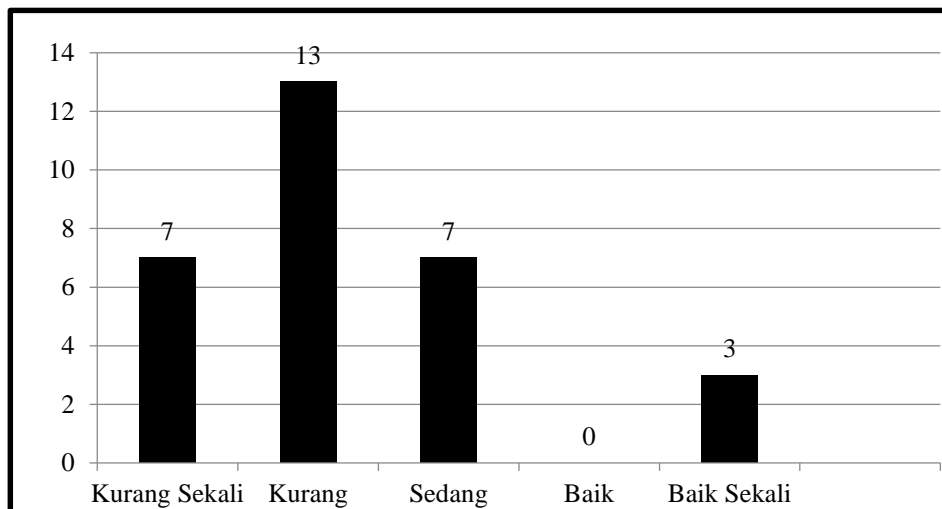
Dari kedua hasil penelitian antara peserta dan putri apabila disajikan dalam bentuk tabel maka dapat dilihat dalam tabel 6 dibawah ini:

Tabel 6. Norma Klasifikasi Tingkat Kemampuan *Passing* Bawah Peserta Ekstrakurikuler.

No	Klasifikasi	f_i	Presentase
1	Baik Sekali	3	10 %
2	Baik	0	0 %
3	Sedang	7	23,3 %
4	Kurang	13	43,4 %
5	Kurang Sekali	7	23,3 %
Jumlah		30	100 %

Dari data tabel diatas, menunjukkan bahwa tingkat kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombong berada pada klasifikasi kurang sekali sebesar 23,3%, kurang

43,4%, sedang 23,3%, baik 0%, baik sekali 10%. Data dari tabel diatas apabila ditampilkan dalam bentuk diagram batang maka dapat dilihat dibawah ini.



Gambar 6. Diagram Batang Klasifikasi Tingkat Kemampuan *Passing* Bawah Peserta Ekstrakurikuler

B. Pembahasan

Data hasil penelitian tingkat kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombong yang menggunakan tes *passing* bawah menurut DEPDIKNAS 1999 diperoleh data hasil penelitian yang menunjukkan bahwa tingkat kemampuan *passing* bawah antara satu peserta dengan peserta lainnya berbeda-beda. Data hasil capaian siswa yang telah melakukan tes *passing* bawah kemudian dikonversikan menurut norma pengklasifikasian tes *passing* bawah pada tabel 4 dan 5

Hasil pengklasifikasian data untuk tingkat kemampuan *passing* bawah peserta putra di atas dapat dilihat bahwa dari 14 peserta yang mengikuti tes, menunjukkan bahwa peserta putra yang tingkat kemampuan *passing* bawahnya berada pada klasifikasi kurang sekali sejumlah 3 orang (21,43%), kurang 7 orang (50%), sedang 3 orang (21,43%), baik sejumlah 0 orang (0%), baik sekali 1 orang (7,14%).

Hasil pengklasifikasian data tingkat kemampuan *passing* bawah peserta putri di atas dapat dilihat bahwa dari 16 peserta yang mengikuti tes, menunjukkan bahwa peserta putri yang tingkat kemampuan *passing* bawahnya berada pada klasifikasi kurang sekali sejumlah 4 orang (25%), kurang 6 orang (37,5%), sedang 4 orang (25%), baik 0 orang (0%), dan klasifikasi baik sekali sejumlah 2 orang (12,5%).

Hasil dari pengklasifikasian data tersebut adalah dari 30 peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombong yang mengikuti tes guna mengetahui tingkat kemampuan *passing* bawahnya menunjukkan bahwa siswa yang berada pada klasifikasi kurang sekali yaitu sejumlah 7 siswa dan jika dipersentase sebesar 23,3%, kurang 13 siswa (43,4%), sedang 7 siswa (23,3%), baik 0 siswa (0%), baik sekali 3 siswa (10%).

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombong, tingkat kemampuan *passing* bawahnya dalam klasifikasi kurang sekali sebesar 23,3%, kurang 43,4%, sedang 23,3%, baik 0%, dan pada klasifikasi baik sekali 10% .

B. Implikasi Hasil Penelitian

Dengan diketahuinya Hasil penelitian ini mempunyai implikasi dalam praktik pendidikan jasmani yang dapat disajikan sebagai berikut:

1. Secara teoritis hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan dalam upaya mendapatkan informasi tentang hasil tingkat kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombong.
2. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat memberikan informasi tentang tingkat kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 4 Gombong dapat digunakan sebagai motivasi agar peserta belajar memperkaya gerak, sedangkan bagi pelatih dan guru PENJASORKES menjadi bahan evaluasi keberhasilan terhadap kemampuan *passing* bawah peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP N 4 Gombong.

C. Keterbatasan Penelitian

Dalam melakukan penelitian, peneliti telah berusaha keras agar penelitian yang dilakukan dapat memenuhi segala ketentuan yang ada. Namun dari pada itu peneliti sadari juga bahwa masih terdapat kekurangan dari penelitian yang dilakukan, kekurangan tersebut adalah:

1. Penelitian ini hanya untuk mengetahui tingkat kemampuan *passing* bawah yang merupakan salah satu teknik dalam permainan bola voli, sedangkan teknik-teknik dasar dalam permainan bola voli yang lain memerlukan pengukuran juga guna mengetahui tingkat keterampilan bola voli siswa secara lengkap.
2. Peneliti tidak dapat mengontrol secara langsung faktor-faktor yang mempengaruhi hasil tes, misalnya: keadaan psikologis, waktu isitirahat dan lain sebagainya.
3. Tidak seluruh bola yang digunakan dalam penelitian ini merupakan bola yang memiliki standar resmi.

D. Saran-saran

Dengan mengacu pada hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti memiliki saran bahwa:

1. Bagi Peserta, supaya tingkat kemampuan bermain bola voli terus ditingkatkan hingga mencapai prestasi yang memuaskan.
2. Bagi pelatih dan guru PENJASORKES di sekolah, agar menjadikan tolak ukur hasil penelitian ini, sehingga diharapkan pelatih dan guru

PENJASORKES di sekolah mampu menyusun program pembelajaran atau program latihan secara terstruktur.

3. Bagi peneliti yang akan datang agar dapat mengadakan pertimbangan penelitian ini dengan menggunakan subyek yang lain, baik dalam kuantitas maupun tingkatan kualitas. Secara kuantitas dengan menambah jumlah subyek yang ada, sedangkan secara kualitas dengan melibatkan variabel yang lain.

DAFTAR PUSTAKA

- A.M. Bandi Utama. (2011). Hakikat Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. (Volume 8, Nomor 1). Halaman 2.
- Abin Syamsudin Makmum. (2004). *Psikologi Kependidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Ali Maksum. (2012). *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press
- Depdiknas. (1999). *Petunjuk Tes Keterampilan Bola Voli Usia 13-15 tahun*. Jakarta: Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi.
- H. Nazar. (1984). *Bimbingan Bermain Bola Volley*. Jakarta: Mutiara.
- Imam Soejadi. (1979). *Permainan dan Metodik Buku I*. Bandung: Remadja Karja Offset.
- Moh. Uzer Usman dan Lilis Setiawati. (1993). *Upaya Optimalisasi Kegiatan Belajar Mengajar Bahan Kajian PKG, MGBS, MGMP*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Muhajir. (2004). *Pendidikan Jasmani Teori dan Praktek untuk SMA*. Jakarta: Erlangga.
- (2006). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Erlangga.
- Nuril Ahnadi. (2007). *Panduan Olahraga Bola Voli*. Surakarta: Era Pustaka Utama.
- Rita, dkk. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta: UNY Press
- Robison Bonnie. (1997). *Bola Voli*. Semarang: Dahara Prize.
- Sugiyono. (2006). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Viera Barbara L. (2002). *Bola Voli Tingkat Pemula*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Yudha M. Saputra. (1998). *Pengembangan Kegiatan ko dan ekstrakurikuler*. Jakarta: Depdikbud

SK Mendikbud Nomor 060/U/1993, Nomor 061/U/1993, Nomor 080/U/1993 tentang kegiatan ekstrakurikuler. Diakses dari <http://winarno.staff.fkip.uns.ac.id/files/2009/10/Makalah-Ekskul-di-Sekolah.pdf> pada tanggal 12 Januari 2015 pukul 19.00 WIB.